

Diabetes-Vortrag in Ursensollen

Fachkraft gibt Tipps rund um die Krankheit

Der VdK-Ortsverband Ursensollen (Kreisverband Amberg-Sulzbach) hat gemeinsam mit dem Seniorennetzwerk Ursensollen-Ammerthal einen Informationsnachmittag veranstaltet. Das Thema: Diabetes.

Referentin war Barbara Sporer, die als Krankenschwester, Fußpflegerin und Diabetesberaterin tätig ist. Ihre Botschaft speziell zum Diabetes Typ 2: „Ein Diabetes ist beeinflussbar.“ Es gebe zwar Risikofaktoren wie Genetik oder Alter, doch lasse sich auch gezielt gegensteuern.

So seien ein gesundes Körpergewicht, ausreichend Schlaf und Bewegung, eine ausgewogene Ernährung und die Reduzierung von Stress erstrebenswert. Auch die regelmäßige Kontrolle von Augen, Füßen und Nieren sowie des Blutdrucks und der Fettwerte durch entsprechendes Fachpersonal kann Betroffenen helfen. Um möglichst zeitnah Einfluss auf den Verlauf der Krankheit nehmen zu können, sei es wichtig, auf erste Warnzeichen wie etwa unverhältnismäßig starken Durst oder Wundheilungsstörungen zu reagieren.



VdK-Ortsvorsitzende Jutta Streher (rechts) überreichte Barbara Sporer ein Präsent.

Foto: Jutta Bäuml